
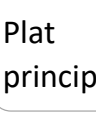

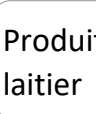



Semaine 22

-  Entrée
-  Plat principal
-  Légume Féculent
-  Produit laitier
-  Dessert

Lundi

- Salade de riz arlequin
- Rôti de dinde au jus
- Chou-fleur béchamel
- Coulommiers bio (coupe)
- Fruit



Mardi

Repas végétarien

- Tarte au fromage
- Nuggets de blé
- Courgettes à la provençale
- Yaourt aromatisé
- Pompon chocolat

Mercredi



Jeudi

Repas biologique

- Salade de tomates bio
- Gratin de coquillettes bio aux dés de jambon*
- Yaourt sucré bio
- Fruit bio

Vendredi

- Salade iceberg
- Brandade de poisson
- Camembert (coupe)
- Mousse au chocolat bio

Les groupes d'aliments

- Fruits et Légumes
- Viandes, poisson oeufs
- Féculents
- Matières grasses
- Produits laitiers
- Produits sucrés

Repas de substitution :





- Lundi : Calamars à la romaine
- Jeudi : Poisson pané + ketchup et coquillettes

Repas sans porc :

- Jeudi : Gratin de coquillettes aux dés de volaille

Présence de porc signalée par *

Légende

-  Produit issu de l'agriculture biologique
-  Produit de saison
-  Produit local
-  Dessert du chef

La grande famille des féculents

La famille des féculents regroupe l'ensemble des produits sources de glucides (sucres) dits complexes.

On distingue 3 types de denrées alimentaires :

les **céréales** : blé, riz, avoine, ... et tous les produits qui en sont issus comme les farines, le pain, les pâtes, ...

les **légumes secs** (aussi appelés légumineuses) : haricots, fèves, lentilles, ...

les **pommes de terre ou autres tubercules** (panais, patates douces, ...) ainsi que l'ensemble des produits transformés qui en découlent comme la purée, les frites, ...

Ils jouent un rôle très important car ils représentent un véritable carburant pour l'organisme auquel ils fournissent de l'énergie progressivement tout au long de la journée.

Choix de la semaine

- Entrée : Concombres à la crème
- Légume : Haricots beurre

Compte-tenu du contexte actuel difficile en termes d'approvisionnements en produits alimentaires, les menus sont exceptionnellement à titre indicatif

Tous nos plats sont susceptibles de contenir les 14 allergènes suivants : céréales contenant du gluten (seigle, blé, orge, avoine, épeautre, kamut), crustacés, oeufs, poissons, arachides, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, sésame, anhydride sulfureux et sulfites, lupin et mollusques.

Selon l'article R.112-14 du décret du 17 avril 2015, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires, qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement.

Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier et connaître les conditions tarifaires spécifiques.

